

# 슬픔의 극복

## 코로나-19 기간동안 사랑하는 사람의 사망과 관련하여

코로나바이러스(COVID-19)의 전염을 둔화시키기 위한 소셜 디스턴싱(사회활동에 거리두기)의 필요성은 우리의 일상생활에 변화를 가져옵니다. 이는 또한 사랑하는 사람의 죽음에 대해 애도하는 방법에도 변화를 가져오는 것을 의미합니다. 각종 서비스와 지원이 당분간 다르게 보일지라도 애도 기간 중 안전하게 관계를 유지하고 도움과 지원을 받을 수 있는 방법이 여전히 있습니다.

### 슬픔에 대한 이해

- 귀하가 알고 있는 사람이 사망할 경우 스트레스, 걱정, 슬픔, 분노 그리고 혼동의 느낌을 경험하는 것은 정상적입니다.
- 사랑하는 사람이 아프거나 사망할 경우 기관이나 조직 등에 대하여 개인적으로 분노와 좌절감을 느낄 수가 있습니다.
- 코로나-19와 같은 유례없는 사태로 인하여 누군가를 비난하고 싶은 것은 자연스러운 것입니다.
- 본인은 코로나-19에서 생존했지만 귀하가 알고 있는 누군가는 그렇지 못할 경우 죄책감을 느끼는 것도 보통입니다. 본인은 생존했지만 불행하게도 다른 사람들은 그렇지 못한 것이 귀하의 책임일 수는 없습니다.

### 코로나-19가 애도와 죽음에 어떻게 영향을 미치는가

사랑하는 사람을 잃어버리는 것은 언제나 힘듭니다. 애도 중에 있는 가족이나 친구들이 같이 모이지도 못한다는 것은 더 더욱 어려운 상황일 수도 있습니다. 소셜 디스턴싱으로 인해 다음과 같은 우리의 능력이 제한을 받을 경우 불안과 슬픔이 가중되는 것을 느낄 수 있습니다:

- 사망을 앞둔 사랑하는 사람을 방문하지 못함;
- 추도식이나 매장식 등에 참여할 수 없음;
- 종교적 의식에 의지못함;
- 개인적으로 직접 사랑하는 사람을 지원하지 못하는 것.

### 코로나-19가 애도와 죽음에 어떻게 영향을 미치는가

화를 내도 좋습니다. 사랑하는 사람을 잃어버림을 겪은 후 좌절감이나 분노는 자연스럽게 일상적인 감정입니다. 사랑하는 사람의 사망에 대처하는 것이 공공보건 비상사태를 초월하여 지금은 더 더욱 어렵습니다. 이러한 느낌을 인지하고 건전한 방법을 사용하여 감정을 관리하는 것은 중요합니다. 하나의 공동체로서 계속해서 소셜 디스턴싱을 유지하는 것이 중요하지만, 이는 사회적 격리를 의미하는 것이 아닙니다. 공공보건 지침을 준수하면서 애도의식을 가질 수 있는 대안 그리고 계속 지원을 받으면서 본인 자신과 사랑하는 사람들을 위로할 수 있는 여러가지 방법이 다음과 같이 있습니다:

- 사랑하는 사람과 전화, 문자 메시지, 비디오 통화 또는 소셜 미디어로 확인할 수 있고;
- 영상으로 추도 모임을 가질 수 있고;
- 가까운 친구나 친지들과 공유할 수 있는 추도식이나 추도 페이지를 소셜 미디어를 통해 만들 수 있으며;
- 소셜 디스턴싱이 종료될 경우 직접 만날 수 있는 추도식을 계획할 수 있습니다.

## 정신 건강에 대한 지원

- 정신건강부(The Department of Behavioral Health: DBH)는 코로나-19와 관련된 슬픔, 스트레스 및 염려를 겪고있는 사람들을 위하여 연중 무휴로 정신건강 도우미 전화1-888- 793-4357를 운영하고 있습니다. 연중무휴 주 7일 그리고 24시간 운영하는 이 전화는 전문상담인들에게 전화를 거는 사람들을

즉각적으로 돕거나 계속되는 지원을 제공합니다. **코로나-19로 인해 사랑하는 사람이 사망한 슬픔을 겪고 있는 가족들은 도우미 전화로 연락하여:**

- 애도 극복을 위한 상담을 받고;
- 정신건강 지원 서비스 및 약물사용 부작용 서비스 등을 포함한 DBH부서의 서비스에 대해 정보를 받을 수 있으며;
- 어린이나 청소년을 위한 조기치료 및 정신건강 서비스에 대해 정보를 얻으며;
- 지속적인 정신건강 지원 여부를 결정할 수 있습니다.
- 정신건강 도우미 전화 1-888-7WE-HELP 또는 1-888-793-4357 로 연락하면DBH부서 공인 상담자가 제공하는 서비스를 가장 쉽게 접할 수 있습니다.
- 60세 이상 주민들은 고령자 공동체 생활전화 상담(the Department on Aging and Community Living’s Talk Line) 전화 202-724-5626 (월요일 – 금요일 오전 8시 부터 오후5시까지)로 연락가능합니다.

## 사망자 가족 응대 및 장례식 관련

코로나-19로 인하여 사랑하는 사람이 수도 워싱턴 DC 지역에서 사망했을 경우:

- 사망자는 DC시정부 검시관사무실(the DC Office of the Chief Medical Examiner: OCME)로 이송됩니다.
- DC 검시관이 사랑하는 사람의 사망 선고를 하게 됩니다.
- 장례식 준비를 위해 장의사로 연락하기 바랍니다.
- 법적인 최근친 친족이 *사체 발인 허락서(Authorization to Release a Body)* 양식에 반드시 서명해야 하며 장례집행관이 해당 양식을 제공할 것입니다. 장례집행관은 작성된 양식을 검시관 사무실(OCME)로 팩스로 발송합니다.
- OCME가 해당 양식을 수신한 후 해당 장례집행관에 연락하여 사랑하는 사람의 사체를 장의사로 이송하는 준비를 하도록 합니다.
- 본인이 장의사와 준비를 시작한 후, OCME와 장례집행관은 같이 업무를 진행합니다. 본인이 직접 OCME를 접촉할 필요가 없습니다.
- 해당 가족들은 사랑하는 사람의 사망일로 부터 **5일 이내에** 최종 장례준비하기를 권장합니다. 이러한 최종준비를 하는데 문제가 있을 경우, OCME에 즉각 통보하면 도움을 받을 수가 있을 것입니다. 사랑하는 사람의 장례거행 등에 의문이 있을 경우 다음 전화번호로 연락바랍니다 **202-698-9000** 그리고 **1번** 선택.

## 매장식 지원

### 매장 지원 프로그램에서 지원하는 종류

- 매장지원프로그램은 매장관련 비용을 최대 \$1,000불까지 그리고 화장일 경우 화장비용의 최대 \$650불까지 지원합니다. 사망자가 유자격자이고 매장이나 화장의 총 비용이 \$2,000불을 초과하지 않을 경우 지원이 제공됩니다. 대형관이 요구되는 사망자의 총 매장비용은 \$3,000불을 초과할 수 없습니다. 매장지원금은 사망자의 최근친 친족이 선정한 계약 장의사로 직접 지급됩니다.

## 매장지원프로그램에 적합한 사람

### 다음에 해당하는 사람은 유자격자일 수 있습니다:

- 사망일 당일 사망자의 사용가능 금액이 \$1,000불이 초과하지 않을 경우. 이 금액에는 은행구좌, 예금구좌, 소셜 시큐리티(사회보장) 수표 등에 있는 잔고가 포함됩니다.
- 유자격 여부 결정시, 사망자의 배우자 (결혼했을 경우) 또는 부모 (사망자가 미성년일 경우)의 수입이나 재산이 고려됩니다.
- 유자격이 되기 위해서는, 사망자가 워싱턴DC 이외 지역에서 사망했다라도, 반드시 워싱턴DC 거주자에 한합니다. 또한, 매장이나 화장식이 DC 시정부와 계약이 된 장의사를 통해

준비되어야 하고 사망자의 사체가 본 지원 신청 당시에 계약되지 않은 장의사로 이송되어서는 않습니다.

## 매장지원프로그램과 관련하여 DC 시정부와 계약관계에 있는 장의사 명단

- **Hackett Funeral Chapel (하켓 장의사)**  
814 Upshur St NW, Washington, DC 20011  
전화 (202) 829-0243
- **Hunt Funeral Home (헌트 장의사)**  
908 Kennedy St NW, Washington, DC 20011  
전화(202) 636-3612
- **McLaughlin Funeral Home (맥레플린 장의사)**  
2518 Pennsylvania Ave SE, Washington, DC 20020  
전화(202) 889-7111
- **Ronald Taylor Funeral Home (로날드 테일러 장의사)**  
1722 North Capitol St NW, Washington, DC 20002  
(202) 882-2732

## 지원프로그램 신청 방법

- 온라인 <https://dcbenefits.dhs.dc.gov/>
- 직접 방문 장소: the Economic Security Administration (ESA) Service Center. 주소: 645 H Street NE, 워싱턴 DC. 방문시간: 오전 7:30 - 오후 4:45 (월요일 - 금요일) 전화: (202) 698-4112 이곳에서 지원서를 작성하고 사망자가 유자격인지 여부를 확인하기 위해 정보를 제공하기 바랍니다.

## 신청시 필요사항

다음 서류를 지참하기 바랍니다:

- 사망자 및 배우자(결혼했을 경우) 또는 부모 (사망자가 미성년일 경우)의 월급 통지서나 은행잔고 증명서 등 소득 및 재산 증빙서류;
- 사망자가 DC 거주자임을 나타내는 증빙서류 (예, 전세 계약서, 유틸리티 청구서 등);
- 신청인과 사망자와의 관계 (예, 출생증명서, 결혼 증명서 등); 그리고
- 사망자의 사회보장번호(SSN)

## 매장지원프로그램 관련 추가정보가 필요할 경우

- ESA 매장지원과 전화 (202) 698-4112 또는 (202) 698-6662